Menuju

HATI

yang Bersih

Judul Buku

Menuju Hati yang Bersih

Penulis:

Khalid bin Abdullah Al-Mushlih

Penerbit

Disebarkan dalam bentuk ebook oleh **www.yufid.com**

Disalin dari alsofwah.or.id dengan penyuntingan bahasa oleh Redaksi Yufid

Cetakan I – Ramadhan 1432 H

Mukadimah

Dengan nama Allah Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang.

Segala puji bagi Allah, kami memuji, memohon pertolongan dan memohon ampunan kepada-Nya. Dan kami berlindung kepada Allah dari kejahatan jiwa dan keburukan perbuatan kami. Barangsiapa yang diberi petunjuk oleh Allah, maka tiada seorang pun yang dapat menyesatkannya, dan barangsiapa yang Dia sesatkan, maka tiada seorang pun yang dapat memberinya petunjuk.

Aku bersaksi bahwasanya tiada tuhan yang berhak disembah selain Allah semata, tiada sekutu baginya; dan aku bersaksi bahwasanya Muhammad adalah hamba dan pesuruh-Nya, kekasih dan pilihan-Nya dari segenap makhluk-Nya; diutus oleh Allah dengan membawa petunjuk dan agama yang haq seraya menyampaikan berita gembira dan ancaman yang akan dihadapi di hari Kiamat kelak. Beliau menyampaikan *risalah* (agama tauhid), menunaikan amanat yang diembannya, memberikan nasihat kepada ummat manusia dan berjuang (berjihad) di jalan Allah dengan sebenar-benar perjuangan sepanjang hidupnya hingga ajal menjemputnya. Semoga Allah mencurahkan shalawat dan salam kepada beliau, segenap keluarga, segenap sahabatnya dan kepada siapa saja yang mengikuti sunnahnya hingga hari Pembalasan. *Amma ba'du:*

Sesungguhnya siapa saja yang memperhatikan kondisi kebanyakan manusia saat ini, niscaya melihat suatu perkara yang sangat mengherankan. Dia akan melihat kebanyakan manusia menaruh perhatian yang berlebihan kepada penampilan lahiriah, memperindah dan mempercantiknya dengan berbagai macam aksesoris keindahan dan kecantikan, namun pada saat yang sama, dia akan melihat kelalaian dan keteledoran luar biasa terhadap keindahan, kebersihan dan kesucian batin!!

Berapa banyak waktu, tenaga dan energi yang dihabiskan untuk memperindah urusan-urusan lahiriyah, dengan melupakan perbaikan hati dan kesucian batin, sampai pada tingkat "tiada kemauan dan gairah" kecuali dalam rangka keindahan penampilan dan gaya, hingga ungkapan Allah *subhanahu wata'aala* tentang kaum munafiq benar-benar layak untuk mereka, sebagaimana firman-Nya,

وَإِذَا رَأَيْتَهُمْ تُعْجِبُكَ أَجْسَامُهُمْ وَإِن يَقُولُواْ تَسْمَعْ لِقَوْلِهِمْ كَأَنَّهُمْ خُشُبٌ مُّسَنَّدَةٌ يَحْسَبُونَ كُلَّ صَيْحَةٍ عَلَيْهِمْ هُمُ العدو فاحذرهم قاتلهم الله أنى يُؤْفَكُونَ

"Dan apabila kamu melihat mereka, tubuh-tubuh mereka menjadikan kamu kagum. Dan jika mereka berkata kamu mendengar perkataan mereka. Mereka adalah seakan-akan kayu yang tersandar. Mereka mengira bahwa tiap-tiap teriakan yang keras ditujukan kepada mereka. Mereka itulah musuh (yang sebenarnya) maka waspadalah terhadap mereka; semoga Allah membinasakan mereka. Bagaimanakah mereka sampai dipalingkan (dari kebenaran)." (Al-Munafiqun: 4).

Demikianlah kondisi sekelompok umat manusia yang penampilan lahiriahnya sangat indah dan ungkapan-ungkapan kata-katanya sangat manis, namun semua itu tidak mengeluarkan mereka dari keberadaan mereka sebagai onggokan kayu yang tersandar, tidak berguna. Itulah pemandangan yang tidak berarti, manusia yang tidak punya akal nurani. Yang demikian itu adalah kondisi yang sangat rendah yang tidak mungkin seorang yang beriman rela untuk dirinya. Bahkan, iman seorang beriman tidak akan sempurna dan tidak akan bisa benar kecuali jika ia memperbaiki batinnya, membersihkan dan memperindah hatinya. Sebab, keindahan dan kecantikan lahiriyah sama sekali tidak berguna bagi seseorang manakala batin dan hatinya busuk dan kotor.

Allah *subhanahu wata'aala* berfirman sebagai bantahan atas sekelompok umat manusia yang terlena dengan keindahan kondisi dan kecantikan penampilan lahiriyah mereka di mana mereka mengira bahwa itu adalah tanda baiknya akhir kemudian mereka. Firman Allah,

وَكَمْ أَهْلَكْنَا قَبْلَهُمْ مِّن قَرْنٍ هُمْ أَحْسَنُ أثاثا وَرِءْياً

"Berapa banyak umat yang telah Kami binasakan sebelum mereka, sedang mereka adalah lebih bagus alat rumah tangganya dan lebih sedap dipandang mata." (Maryam: 74).

Di dalam ayat ini Allah *subhanahu wata'aala* menginformasikan bahwasanya Dia telah membinasakan beberapa kelompok manusia yang sebelumnya mereka adalah merupakan manusia yang paling bagus postur tubuhnya, paling banyak harta kekayaannya dan paling tampan parasnya, namun semua apa yang mereka nikmati itu tidak berguna dan tidak dapat menyelamatkan mereka.

أَفَلَمْ يَسِيرُواْ فِي الأرض فَيَنظُرُواْ كَيْفَ كَانَ عاقبة الذين مِن قَبْلِهِمْ كَانُواْ أَكْثَرَ مِنْهُمْ وَأَشَدَّ قُوَّةً وَءاثَاراً فِي الأرض فَمَآ أغنى عَنْهُمْ مَّا كَانُواْ يَكْسِبُونَ

"Maka apakah mereka tidak mengadakan perjalanan di muka bumi lalu memperhatikan betapa kesudahan orang-orang yang sebelum mereka. Adalah orang-orang yang sebelum mereka itu lebih hebat kekuatannya dan (lebih banyak) bekas-bekas mereka di muka bumi, maka apa yang mereka usahakan itu tidak dapat menolong mereka." (Ghafir: 82).

Jadi, keindahan batin dan keselamatan hati itu adalah dasar dan pondasi keberuntungan di dunia dan di hari Kiamat kelak. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

يابنى ءَادَمَ قَدْ أَنزَلْنَا عَلَيْكُمْ لِبَاسًا يوارى سوءاتكم وَرِيشًا وَلِبَاسُ التقوى ذلك خَيْرٌ ذلك مِنْ ءايات الله لَعَلَّهُمْ يَذَّكَّرُونَ

"Wahai manusia, sesungguhnya Kami telah menurunkan kepadamu pakaian untuk menutupi auratmu dan pakaian indah untuk perhiasan. Dan pakaian takwa itulah yang lebih baik. Yang demikian itu adalah sebahagian dari tanda-tanda kekuasaan Allah, mudah-mudahan mereka selalu ingat." (Al-A'raf :26).

Pada ayat tadi Allah menjelaskan bahwa pakaian taqwa dan berhias dengan taqwa itu lebih baik daripada keindahan penampilan lahir. Memperindah dan mempercantik diri dengan taqwa tidak mungkin dapat direalisasikan oleh seseorang kecuali dengan memperbaiki, mensucikan dan memperindah hatinya, karena takwa itu tempat di dalam hati. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

ذلك وَمَن يُعَظِّمْ شعائر الله فَإِنَّهَا مِن تَقْوَى القلوب

"Demikianlah (perintah Allah). Dan barangsiapa mengagungkan syi'ar-syi'ar Allah, maka sesungguhnya itu timbul dari ketaqwaan hati." (Al-Hajj: 32).

Pada ayat itu Allah *subhanahu wata'aala* menjadikan penghormatan dan pengagungan terhadap syiar-syiar agama dan ajaran-ajarannya sebagai bukti adanya takwa di dalam hati seseorang.

Diriwayatkan di dalam *Shahih Muslim*, bersumber dari Abi Dzar *radhiyallahu 'anhu*, beliau menuturkan bahwa Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda, "Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

يَا عِبَادِيْ، لَوْ أَنَّ أَوَّلَكُمْ وَآخِرَكُمْ وَإِنْسَكُمْ وَجِنَّكُمْ كَانُوْا عَلَى أَتْقَى قَلْبِ رَجُلٍ وَاحِدٍ مِنْكُمْ مَا زَادَ ذَلِكَ فِيْ مُلْكِيْ شَيْئًا. يا يَا عِبَادِيْ، لَوْ أَنَّ أَوَّلَكُمْ وَآخِرَكُمْ وَإِنْسَكُمْ وَجِنَّكُمْ كَانُوْا عَلَى أَفْجَرِ قَلْبِ رَجُلٍ وَاحِدٍ مِنْكُمْ مَا نَقَصَ ذَلِكَ مِنْ مُلْكِيْ شَيْئًا

"Wahai sekalian hamba-Ku, kalau sekiranya seluruh kalian mulai dari yang pertama sampai yang terakhir, baik dari jenis manusia maupun jenis jin, mereka semua bertaqwa setakwa-takwanya orang yang paling bertakwa di antara kalian, niscaya hal itu tidak akan menambah kerajaan-Ku sedikit pun jua. Wahai sekalian hambaku, kalau sekiranya seluruh kalian dari yang pertama hingga yang terakhir baik dari jenis manusia maupun jenis jin durhaka sedurhaka-durhakanya manusia di antara kalian, niscaya hal itu tidak akan mengurangi kerajaan-Ku sedikit pun jua." (*Shahih Muslim*, no. 2577)

Hadits ini menjelaskan bahwa dasar ketakwaan adalah ketakwaan hati, dan demikian pula bahwa dasar kedurhakaan adalah kedurhakaan hati. Dan di dalam hadits tersebut Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* juga mengaitkan takwa dan kedurhakaan dengan tempatnya, yaitu hati. Bahkan, di dalam hadits lain Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* secara tegas menyatakan seperti itu, sebagaimana diriwayatkan oleh Muslim dari hadits Abi Hurairah *radhiyallahu 'anhu.* Ia menuturkan, "Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda,

اَلتَّقْوَى هَاهُنَا، اَلتَّقْوَى هَاهُنَا، اَلتَّقْوَى هَاهُنَا

"Takwa itu di sini, takwa itu di sini, takwa itu di sini" (beliau menunjuk ke dadanya.)" (*Shahih Muslim*, no. 2574)

Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* menunjuk ke dadanya, karena di dalam dada terdapat hati yang merupakan tempat bagi ketakwaan dan di dalam hati terdapat akarnya.

Hati yang Bersih

Saudara pembaca yang budiman, sesungguhnya perkara hati merupakan perkara agung dan kedudukannya pun sangat mulia, sehingga Allah *subhanahu wata'aala* menurunkan kitab-kitab suci-Nya untuk memperbaiki hati, dan Dia utus para rasul untuk menyucikan hati, membersihkan dan memperindahnya. Demikianlah Allah menuturkan,

يأيها الناس قَدْ جَآءَتْكُم مَّوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَآءٌ لِمَا فِى الصدور وَهُدًى وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ

"*Wahai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh dari penyakit-penyakit (yang berada) di dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman."* (Yunus: 57).

لَقَدْ مَنَّ الله عَلَى المؤمنين إِذْ بَعَثَ فِيهِمْ رَسُولاً مِّنْ أَنفُسِهِمْ يَتْلُواْ عَلَيْهِمْ ءاياته وَيُزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ الكتاب والحكمة وإِن كَانُواْ مِن قَبْلُ لَفِى ضلال مُّبِينٍ

"*Sungguh Allah telah memberi karunia kepada orang-orang yang beriman ketika Allah mengutus di antara mereka seorang rasul dari golongan mereka sendiri, yang membacakan kepada mereka ayat-ayat Allah, membersihkan (jiwa) mereka, dan mengajarkan kepada mereka Al-Kitab dan Al-Hikmah*." (Ali Imran: 164).

Ajaran paling besar yang dibawa oleh Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* adalah memperbaiki hati. Maka tidak ada cara untuk menyucikan dan memperbaiki hati kecuali cara yang telah ditempuh oleh Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam*.

Hal yang menekankan pentingnya memperhatikan hati dan batin adalah bahwasanya Allah *subhanahu wata'aala* menjadikan hati, sesuai hikmah dan ilmu-Nya, sebagai tempat bagi cahaya dan petunjuk-Nya. Dan untuk hal itu, Allah *subhanahu wata'aala* telah memberikan perumpamaan di dalam kitab suci Alquran, sebagaimana firman-Nya,

الله نُورُ السموات والأرض مَثَلُ نُورِهِ كمشكاوة فِيهَا مِصْبَاحٌ المصباح فِى زُجَاجَةٍ الزجاجة كَأَنَّهَا كَوْكَبٌ دُرِّىٌّ يُوقَدُ مِنْ شَجَرَةٍ مباركة زَيْتُونَةٍ لاَّ شَرْقِيَّةٍ وَلاَ غَرْبِيَّةٍ يَكَادُ زَيْتُهَا يُضِىءُ وَلَوْ لَمْ تَمْسَسْهُ نَارٌ نُورٌ على نُورٍ يَهْدِى الله لِنُورِهِ مَن يَشَاءُ وَيَضْرِبُ الله الأمثال لِلنَّاسِ والله بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ

"*Allah (Pemberi) cahaya (kepada) langit dan bumi. Perumpamaan cahaya Allah adalah seperti lubang yang tak tembus, yang di dalamnya ada pelita besar. Pelita itu di dalam kaca (dan) kaca itu seakan-akan bintang (yang bercahaya) seperti mutiara, yang dinyalakan dengan minyak dari pohon yang banyak berkahnya, (yaitu) pohon zaitun yang tumbuh tidak di sebelah timur (sesuatu) dan tidak pula di sebelah barat(nya), yang minyaknya (saja) hampir-hampir menerangi, walaupun tidak disentuh api. Cahaya di atas cahaya (berlapis-lapis), Allah membimbing kepada cahaya-Nya siapa yang Dia kehendaki, dan Allah*

memperbuat perumpamaan-perumpamaan bagi manusia, dan Allah Maha Mengetahui segala sesuatu." (An-Nur :35).

Hati adalah tempat ilmu pengetahuan; melalui hati, seseorang dapat mengenal Tuhannya, dan dengannya pula ia dapat mengenal nama-nama Allah dan sifat-sifat-Nya, serta dengan hati pulalah ia dapat menghayati ayat-ayat *syar'iyah* Allah *subhanahu wata'aala* sebagaimana Dia firmankan,

أَفَلاَ يَتَدَبَّرُونَ القرءان أَمْ على قُلُوبٍ أَقْفَالُهَآ

"*Maka apakah mereka tidak memperhatikan Alquran ataukah hati mereka terkunci?*" (Muhammad: 24).

Maksudnya, hatinya terkunci hingga tidak dapat memperhatikan dan merenungkannya.

Dan dengan hati pulalah seseorang dapat merenungkan ayat-ayat kauniyah, yaitu ciptaan Allah yang ada di jagad raya ini dan yang ada di dalam jiwa. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

أَفَلَمْ يَسِيرُواْ فِى الأرض فَتَكُونَ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ ءَاذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا فَإِنَّهَا لاَ تَعْمَى الأبصار ولكن تعمى القلوب التى فِى الصدور

"*Maka apakah mereka tidak berjalan di muka bumi, lalu mereka mempunyai hati yang dengan itu mereka dapat memahami atau mempunyai telinga yang dengan itu mereka dapat mendengar? Karena sesungguhnya bukanlah mata itu yang buta, tetapi yang buta ialah hati yang di dalam dada*." (Al-Hajj: 46).

Melalui ayat ini Allah menjelaskan bahwa yang menjadi sandaran di dalam mengambil pelajaran terhadap ayat-ayat kauniyah Allah di jagat raya dan di jiwa adalah kecerdasan dan kesadaran hati.

Dan hal lain yang menekankan pentingnya menjaga hati adalah bahwasanya hati merupakan kendaraan yang dengannya seseorang dapat menempuh perjalanan menuju akhirat, karena sesungguhnya perjalanan menuju Allah *subhanahu wata'aala* adalah perjalan hati, bukan perjalanan jasad.

"Menempuh jarak perjalanan menuju-Nya itu dengan hati, bukan dengan berjalan mengendarai kendaraan."

Imam Al-Bukhari dalam kitab shahihnya, meriwayatkan dari hadits Anas bin Malik *radhiyallahu 'anhu*. Ia menuturkan, "Suatu ketika kami pulang dari perang Tabuk bersama Nabi *shallallahu 'alahi wasallam*, maka beliau bersabda,

إِنَّ أَقْوَامًا خَلْفَنَا بِالْمَدِيْنَةِ مَا سَلَكْنَا شِعْبًا وَلاَ وَادِيًا إِلاَّ وَهُمْ مَعَنَا حَبَسَهُمُ الْعُذْرُ

“*Sesungguhnya ada beberapa orang yang kita tinggalkan di Madinah, kita tidak menelusuri suatu jalan di perbukitan atau di suatu lembah melainkan mereka bersama-sama kita, mereka terhalang oleh udzur*.” Di dalam riwayat Imam Muslim dari hadits Jabir *radhiyallahu 'anhu* terdapat redaksi,

إِلاَّ شَرِكُوْكُمْ فِي ٱلأَجْرِ حَبَسَهَا الْمَرَضُ

“M*elainkan mereka sama-sama mendapat pahala seperti kalian, mereka terhalang karena sakit*.” (Bukhari, no. 4423; Muslim, no. 1911)

Mereka yang dimaksud adalah beberapa orang sahabat Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* yang jasad mereka tertahan di Madinah disebabkan suatu uzur atau sakit, hingga mereka tidak dapat bersama Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* dalam peperangan tersebut, namun mereka keluar dengan hati dan niat keras mereka. Jadi ruh dan jiwa mereka keluar bersama Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* padahal jasad mereka ada di Madinah. Ini adalah termasuk jihad dengan hati.

Ibnu Qayyim (seorang ulama kesohor) berkata (dalam *Zaadul Ma’ad*, 3/571), “Inilah yang termasuk jihad dengan hati, dan ia merupakan salah satu tingkatannya dari yang empat, yaitu hati, lisan, harta dan jasad. Di dalam sebuah hadits disebutkan,

جَاهِدُوْا الْمُشْرِكِيْنَ بِأَلْسِنَتِكُمْ وَقُلُوْبِكُمْ وَأَمْوَالِكُمْ

“*Berjihadlah melawan orang-orang musyrik dengan lisan, hati dan harta benda kalian*.” (Abu Dawud no.2504, an-Nasa’i 6/7 dan Ahmad 3/124,153)

Beberapa sahabat Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* tersebut tidak ikut keluar dari Madinah (untuk berjihad) karena sakit atau uzur lainnya, namun mereka mendapat pahala sama dengan orang-orang yang keluar berperang dengan raga dan harta bendanya. Yang demikian itu adalah karunia Allah yang diberikan-Nya kepada siapa yang Dia kehendaki. Jadi, meraih karunia dan pahala dari Allah itu sesungguhnya dapat diperoleh dengan kemauan keras, ketulusan kehendak dan kebulatan tekad sekalipun tidak bisa beramal karena suatu uzur.

Ibnu Rajab *rahimahullah* pernah berkata, “Keutamaan itu tidak diraih dengan banyaknya amal jasmani, akan tetapi diraih dengan ketulusan niat kepada Allah *subhanahu wata'aala*, benar lagi sesuai dengan sunnah (Nabi *shallallahu 'alahi wasallam*) dan dengan banyaknya pengatahuan dan amalan hati.” (*Al-Mahajjah fii Sairid Dajlah,* halaman 52). Maka dari itulah Bakar bin Abdullah Al-Muzani *rahimahullah* pernah mengatakan tetang rahasia di balik terdepannya Abu Bakar Ash-Shiddiq *radhiyallahu 'anhu* atas semua sahabat Nabi, “Abu Bakar terdepan atas semua mereka bukan karena puasa atau shalat (yang ia lakukan), akan tetapi karena sesuatu yang terpancang kokoh di dalam dadanya.”

“Kenapa aku tidak seperti perjalananmu yang begitu mudah,
engkau berjalan lambat, namun engkau lebih dahulu tiba.”

Saudara pembaca yang budiman,

Sesungguhnya takwa itu pada hakikatnya adalah ketakwaan hati, bukan ketakwaan anggota tubuh. Hal itu dapat kita perhatikan pada firman Allah berikut ini, tentang binatang sembelihan dan kurban yang disembelih karena Allah,

لَن يَنَالَ اللهَ لُحُومُهَا وَلاَ دِمَاؤُهَا ولكن يَنَالُهُ التقوى مِنكُمْ

"*Daging unta dan darahnya itu sekali-kali tidak dapat mencapai (keridhaan) Allah, tetapi ketakwaan dari kamulah yang mencapainya*." (Al-Hajj: 37).

Ketakwaan hatilah yang akan mencapai Allah *subhanahu wata'aala* sebagaimana firman-Nya di dalam ayat lain,

إِلَيْهِ يَصْعَدُ الكلم الطيب والعمل الصالح يَرْفَعُهُ

"*Kepada-Nyalah naik perkataan-perkataan yang baik dan amal shalih dinaikkan-Nya*." (Fathir: 10).

Yang dimaksud dari semua amal itu adalah ketakwaan hati kepada Allah, yaitu penghambaannya kepada-Nya semata penuh dengan rasa cinta dan rasa pengagungan.

"Karunia di sisi Allah itu bukan dengan bentuk amal perbuatan, akan tetapi dengan hakikat iman
Perbedaan kualitas amal ibadah tergantung kepada kesucian hati sang pelaku, Hingga dua orang beramal tampak bagi kita dengan jelas, keduanya setingkat, Ternyata antara satu dengan yang lainnya berbeda seperti beda antara langit dengan bumi dalam mendapatkan karunia dan besar-kecilnya pahala."

Hal lain yang menegaskan pentingnya kita memperhatikan kondisi hati, memperbaiki, menyucikan dan membersihkannya dari berbagai penyakit dan noda serta menghiasinya dengan keutamaan-keutamaan adalah bahwa Allah *subhanahu wata'aala* menjadikan hati sebagai pusat perhatian-Nya. Abu Hurairah *radhiyallahu 'anhu* menuturkan, "Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda,

إِنَّ اللهَ لاَ يَنْظُرُ إِلَى أَجْسَادِكُمْ وَلاَ إِلَى صُوَرِكُمْ وَلَكِنْ يَنْظُرُ إِلَى قُلُوْبِكُمْ. وَأَشَارَ بِأَصْبَعِهِ إِلَى صَدْرِهِ

"*Sesungguhnya Allah tidak melihat kepada jasad atau bentuk kamu, akan tetapi Dia melihat kepada hati kamu*", beliau menunjuk ke dadanya dengan telunjuknya." (Muslim, no. 2564)

Dasar keimanan atau kekufuran, dasar hidayah dan kesesatan, dan dasar keberuntungan dan kenistaan tergantung pada apa yang tertanam di dalam hati seorang hamba. Maka dari itu, mayoritas ulama berkeyakinan bahwa siapa saja yang dipaksa untuk menyatakan "kekufuran", maka ia tidak berdosa selagi hatinya masih tetap teguh beriman kepada Islam dan tetap dalam kondisi tenang beriman, sebagaimana firman Allah *subhanahu wata'aala*,

مَن كَفَرَ بالله مِن بَعْدِ إيمانه إِلاَّ مَنْ أُكْرِهَ وَقَلْبُهُ مُطْمَئِنٌّ بالإيمان ولكن مَّن شَرَحَ بِالْكُفْرِ صَدْرًا فَعَلَيْهِمْ غَضَبٌ مِّنَ الله وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ . ذلك بِأَنَّهُمُ استحبوا الحياة الدنيا على الاخرة وَأَنَّ الله لاَ يَهْدِى القوم الكافرين

"*Barangsiapa yang kafir kepada Allah setelah ia beriman (dia mendapat kemurkaan Allah), kecuali orang yang dipaksa kafir padahal hatinya tetap tenang dalam beriman (dia tidak berdosa), akan tetapi orang yang melapangkan dadanya untuk kekafiran, maka kemurkaan Allah menimpanya dan baginya azab yang besar. Yang demikian itu disebabkan karena sesungguhnya mereka mencintai kehidupan di dunia lebih dari akhirat, dan bahwasanya Allah tiada memberi petunjuk kepada kaum yang kafir*." (An-Nahl: 106-107).

Ayat ini diturunkan, sebagaimana pendapat mayoritas ahli tafsir, mengenai 'Ammar bin Yasir *radhiyallahu 'anhu*, di mana di saat ia masuk Islam disiksa oleh orang-orang musyrik di Mekkah dan ia benar-benar mendapat cobaan yang sangat besar hingga beliau mau mengucapkan semacam ucapan kafir kepada Allah dan cacian terhadap Nabi Muhammad *shallallahu 'alahi wasallam* sebagaimana yang mereka kehendaki. Kemudian, di lain kesempatan Ammar melaporkan peristiwa itu kepada Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* sambil menangis. Maka, Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda, "Bagaimana kondisi hatimu?" Ia menjawab, "Aku masih tenang dalam beriman." Maka, Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda untuk menggembirakannya dan memberinya kemudahan, "Kalau mereka kembali menyiksa kamu, maka silakan lakukan lagi". (Diriwayatkan oleh Al-Hakim (2/ 357) dan dishahihkannya sesuai syarat Al-Bukhari dan Muslim, dan disepakati oleh Adz-Dzahabi)

Segala puji bagi Allah Yang Maha Terpuji dan Mahamulia. Dan hal lain yang menekankan pentingnya kita memperhatikan masalah hati, bahwa hati manusia merupakan raja yang berkuasa, dia adalah pemimpin yang dipatuhi. Maka, kebaikan, keselamatan dan keistiqamahannya adalah modal segala kebaikan, faktor utama untuk meraih segala kebahagiaan di dunia dan di akhirat. Di dalam *Shahih Bukhari* dan *Muslim* terdapat hadits yang bersumber dari Nu'man bin Basyir *radhiyallahu 'anhu*. Ia menuturkan, "Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda,

أَلاَ وَإِنَّ فِي الْجَسَدِ مُضْغَةً إِذَا صَلُحَتْ صَلُحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ، أَلاَ وَهِيَ الْقَلْبُ

"*Ketahuilah, sesungguhnya di dalam jasad ini ada segumpal darah, apabila ia baik maka baiklah seluruh jasad ini, dan apabia rusak, maka rusaklah seluruh jasad ini. Ketahuilah, ia adalah hati*." (Al-Bukhari, nomor 52; Muslim, nomor 1599)

Uraian di atas tadi secara gamblang menjelaskan, bahwa ibadah (penghambaan) hati itu adalah fundamen yang semua bentuk ibadah ditegakkan di atasnya. Maka dari itu, kebaikan jasad sangat tergantung kepada kebaikan hati. Apabila hati baik dengan ketakwaan dan iman, maka seluruh jasad menjadi baik untuk melakukan ketaatan dan kepatuhan.

Imam Ahmad, telah meriwayatkan sebuah hadits yang bersumber dari Anas *radhiyallahu 'anhu*. Ia bertutur, "Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda,

لاَ يَسْتَقِيْمُ إِيْمَانُ عَبْدٍ حَتَّى يَسْتَقِيْمَ قَلْبُهُ

"*Iman seseorang tidak akan lurus (benar) sebelum hatinya lurus.*" (*Al-Musnad*, hadits no.13079)

Jadi, iman seseorang tidak akan lurus dan tidak akan baik kecuali jika hatinya lurus dan baik. Maka dari itulah Allah Yang Maha Mengetahui menggarisbawahi bahwa keselamatan di hari Kiamat kelak sangat tergantung kepada keselamatan, kebersihan dan kebaikan hati. Dia berfirman,

يَوْمَ لاَ يَنفَعُ مَالٌ وَلاَ بَنُونَ . إِلاَّ مَنْ أَتَى اللهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ

"*Di hari harta dan anak-anak laki-laki tidak berguna, kecuali orang-orang yang menghadap Allah dengan hati yang bersih.*" (Asy-Syu'ara': 88-89).

Hal lain lagi yang menekankan pentingnya kita menjaga hati adalah bahwa di antara sifat hati dan karakter utamanya yang menonjol adalah mudah berbalik dan suka berubah.

"Manusia tidak dinamai manusia melainkan karena kejinakannya, dan tidak pula hati melainkan karena hati selalu mudah berubah."

Hati sangat mudah berubah, gampang berbuat dan tidak menentu.

Imam Ahmad telah meriwayatkan di dalam kitab *Musnad*-nya, hadits yang bersumber dari Miqdad bin Al-Aswad *radhiyallahu 'anhu*. Ia bertutur, "Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda,

لَقَلْبُ ابْنِ آدَمَ أَشَدُّ انْقِلاَبًا مِنَ الْقَدْرِ إِذَا اجْتَمَعَتْ غَلْيَانًا

"*Sungguh, hati anak Adam (manusia) itu sangat (mudah) berbolak-balik daripada bejana apabila ia telah penuh mendidih.*" (*Al-Musnad*, hadits no.24317)

Kemudian Al-Miqdad berkata, "Sesungguhnya orang yang beruntung (bahagia) itu adalah orang yang benar-benar terhindar dari berbagai fitnah (dosa)." Ia mengulangi ucapannya itu tiga kali, sambil memberikan isyarat bahwa sebab berbolak-balik dan berubahnya hati itu adalah dosa-dosa yang berdatangan menodai hati. Maka dari itu, doa Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* yang sering beliau ucapkan adalah,

اللَّهُمَّ مُقَلِّبَ الْقُلُوْبِ ثَبِّتْ قَلْبِيْ عَلَى دِيْنِكَ

"*Ya Allah, Tuhan yang membolak-balikkan hati, tetapkanlah hatiku ini pada agama-Mu*"

Di dalam Musnad Imam Ahmad diriwayatkan hadits yang bersumber dari Ummi Salamah *radhiyallahu 'anha*. Ia berkata, "Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* sering sekali berdoa,

اللَّهُمَّ مُقَلِّبَ الْقُلُوْبِ ثَبِّتْ قَلْبِيْ عَلَى دِيْنِكَ

"*Ya Allah, Tuhan yang membolak-balikkan hati, tetapkanlah hatiku ini pada agama-Mu*." (*Al-Musnad*, hadits no. 27054)

Dan di antara doa beliau juga adalah,

وَأَسْأَلُكَ قَلْباً سَلِيْمًا

"*Aku memohon kepada-Mu hati yang bersih*." (Diriwayatkan oleh Ahmad [4/123, 125]; At-Tirmidzi, nomor 3407 dan An-Nasa'i, nomor 1305)

Semua itu karena terpelesetnya hati merupakan perkara yang sangat besar dan menyimpangnya hati sangat berbahaya. Yang paling ringan berupa berpaling (menjauh) dari Allah *subhanahu wata'aala* dan ujungnya adalah tertutup, terkunci, menjadi tabiat dan kematian. Allah berfirman,

كذلك يَطْبَعُ الله على قُلُوبِ الذين لاَ يَعْلَمُونَ

"*Demikianlah Allah mengunci mati hati orang-orang yang tidak (mau) memahami*." (Ar-Rum: 59).

Firman-Nya,

أَفَرَءَيْتَ مَنِ اتخذ إلهه هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ الله على عِلْمٍ وَخَتَمَ على سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ على بَصَرِهِ غشاوة فَمَن يَهْدِيهِ مِن بَعْدِ الله أَفَلاَ تَذَكَّرُونَ

"*Maka, apakah kamu melihat orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai tuhan dan Allah membiarkannya sesat berdasarkan ilmu-Nya, dan Allah telah mengunci mati pendengaran dan hatinya dan meletakkan penutup atas penglihatannya? Maka siapa yang akan memberinya petunjuk sesudah Allah (membiarkannya sesat). Maka mengapa kamu tidak mengambil pelajaran*." (Al-Jatsiyah: 23).

Semua itu menunjukkan kedudukan dan martabat hati, bahaya yang mengancamnya dan pengaruhnya bagi kebahagiaan manusia di dunia dan akhirat.

Kalau begitu, tidakkah hati berhak untuk direnungkan?
Tidakkah ia berhak untuk diteliti dan diintrospeksi?
Tidakkah ia berhak untuk dibersihkan, diuji dan diuji?!

Sehingga Anda bisa mengetahui apa yang ada di dalam dada Anda dan apa yang terpancang di dalam hati Anda sebelum semua rahasia ditampakkan, di mana segala yang rahasia menjadi nampak.

أَفَلاَ يَعْلَمُ إِذَا بُعْثِرَ مَا فِي القبور . وَحُصِّلَ مَا فِي الصدور . إِنَّ رَبَّهُم بِهِمْ يَوْمَئِذٍ لَّخَبِيرٌ

"*Maka, apakah dia tidak mengetahui apabila dibangkitkan apa yang di dalam kubur, dan dilahirkan apa yang ada di dalam dada, sesungguhnya Tuhan mereka pada hari itu Maha Mengetahui keadaan mereka*." (Al-'Adiyat: 9-11).

Saudara pembaca yang budiman,

Bersungguh-sungguhlah Anda di dalam menjaga hati Anda dan membersihkannya, serta pandai mengawasinya dengan tidak jemu ataupun bosan, karena sesungguhnya hati Anda merupakan anggota tubuh Anda yang paling besar bahayanya, dan ia paling mudah dan banyak pengaruhnya, dan paling rumit mengurusnya serta paling sulit memperbaikinya.

Penyakit-Penyakit Hati

Dan ketahuilah, bahwa kebaikan kebersihan dan keistikamahan hati tidak akan bisa dicapai kecuali dengan membersihkannya dari berbagai penyakit dan melindunginya dari berbagai noda yang dapat merusaknya. Penyakit dan noda tersebut pada intinya ada lima macam dan semua itu merupakan sumber segala penyakit dan bencana. Barangsiapa yang selamat darinya, maka selamatlah ia.

"Maka jika Anda selamat darinya, niscaya anda selamat dari bahaya besar,
jika tidak, maka aku tidak menjamin anda selamat."

Penyakit pertama: Syirik (menyekutukan Allah), baik syirik kecil maupun besar. Syirik adalah kezaliman yang sangat besar dan merupakan pokok segala kerusakan dan keburukan, hati bisa menjadi gelap, bahkan mati dan binasa karena syirik (menyekutukan Allah) itu.

فَمَن يُرِدِ الله أَن يَهْدِيَهُ يَشْرَحْ صَدْرَهُ للإسلام وَمَن يُرِدْ أَن يُضِلَّهُ يَجْعَلْ صَدْرَهُ ضَيِّقاً حَرَجاً كَأَنَّمَا يَصَّعَّدُ فِى السماء كذلك يَجْعَلُ الله الرجس عَلَى الذين يُؤْمِنُونَ

"*Barangsiapa yang Allah menghendaki kepadanya petunjuk, niscaya Dia melapangkan dadanya untuk (memeluk agama) Islam. Dan barangsiapa yang dikehendaki Allah kesesatannya, niscaya Allah menjadikan dadanya sesak lagi sempit, seolah-olah ia sedang mendaki ke langit. Begitulah Allah menimpakan siksa kepada orang-orang yang tidak beriman*." (Al-An'am: 125).

Allah juga berfirman,

الذين ءَامَنُواْ وَلَمْ يَلْبِسُواْ إِيمانهم بِظُلْمٍ أُوْلَئِكَ لَهُمُ الامن وَهُمْ مُّهْتَدُونَ

"*Orang-orang yang beriman dan tidak mencampur-adukkan iman mereka dengan kezaliman (syirik), mereka itulah orang-orang yang mendapat keamanan dan mereka itu adalah orang-orang yang mendapat petunjuk*." (Al-An'am: 82).

Hanya orang-orang beriman yang benar-benar beriman dan tidak mencampuradukkan imannya dengan syirik sajalah yang mendapat keamanan dan petunjuk yang sempurna dari Allah Tuhan semesta alam, sebagaimana firman Allah *subhanahu wata'aala*,

سَنُلْقِى فِى قُلُوبِ الذين كَفَرُواْ الرعب بِمَآ أَشْرَكُواْ بالله مَا لَمْ يُنَزِّلْ بِهِ سلطانا

"*Akan Kami masukkan ke dalam hati orang-orang kafir rasa takut, disebabkan mereka mempersekutukan Allah dengan sesuatu yang Allah sendiri tidak menurunkan keterangan tentang itu*." (Ali Imran: 151).

Hati tidak akan bisa selamat dan tidak akan dapat baik kecuali dengan bertauhid kepada Allah semata. Sejauh kualitas ketulusan iman dan kemurnian keyakinan yang dimiliki seseorang, sejauh itu pulalah kelapangan dada dan kebersihan hati yang bisa ia raih.

Hati itu diciptakan agar mengenal Penciptanya, mencintai dan mengesakan-Nya, dan supaya Tuhan yang telah menciptakannya itu ia cintai melebihi segala sesuatu selain-Nya dan berharap hanya kepada-Nya semata. Jadi, kebersihan dan kelapangan hati itu terletak pada keberhasilannya di dalam meraih tujuan dari diciptakannya, yaitu mengenal Allah, mencintai dan mengagungkan-Nya. Dan kebinasaannya terletak pada hal yang sebaliknya. Maka, tidak akan ada kebaikan dan kelapangan sama sekali bagi hati tanpa merealisasikan hal-hal tersebut. (*Majmu' Fatawa*, 18/163)

Penyakit kedua: Melakukan bidah dan menyalahi sunnah Nabi *shallallahu 'alahi wasallam*. Bidah itu hanya akan menambah pelakunya semakin jauh dari Allah. Ia dapat merusak hati dan menghilangkan darinya apa saja yang berguna dan yang menyucikannya.

Sebaik-baik petunjuk adalah petunjuk yang diajarkan oleh Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* dan seburuk-buruk perkara adalah perkara-perkara yang diada-adakan. Dan setiap perkara yang diada-adakan (baru) itu adalah bidah dan setiap bidah itu sesat!

Apabila hati telah penuh dengan noda bidah maka ia menjadi gelap dan pandangannya pun menjadi kacau-balau, sehingga bagaimana mungkin ia akan mendapat keselamatan. Oleh karena itu, para ulama salaf sepakat dalam hal bahayanya bergaul dengan ahli bidah, karena pergaulan dengan mereka dapat menimbulkan kerusakan hati.

Al-Fudhail bin Iyadh *radhiyallahu 'anhu* berkata, “Barangsiapa bergaul dengan pelaku bidah, maka Allah menimpakan kebutaan baginya.” Maksudnya adalah kebutaan hati. Semoga Allah melindungi kita dari itu.

“Apabila kamu tidak sakit, lalu kamu bergaul dengan orang yang mengidap penyakit, dan kamu menjadi sahabatnya, maka sesungguhnya kamu adalah orang yang sakit.”

Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* telah mengindikasikan bahwa di antara faktor yang dapat membersihkan hati dari dengki dan cengkeraman hawa nafsu yang merupakan penyakit hati adalah berpegang teguh kepada *jama'atul muslimin*, yaitu tidak keluar dari mereka dengan suatu bidah atau kesesatan.

Penyakit ketiga: Mematuhi kehendak nafsu syahwat dan melakukan dosa-dosa.

Syahwat dan dosa-dosa merupakan penyebab utama kebinasaan dan kerusakan hati. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman menjelaskan akibat mengikuti kehendak nafsu syahwat,

أَفَرَءَيْتَ مَنِ اتخذ إلهه هَوَاهُ وَأَضَلَّهُ الله على عِلْمٍ وَخَتَمَ على سَمْعِهِ وَقَلْبِهِ وَجَعَلَ على بَصَرِهِ غشاوة فَمَن يَهْدِيهِ مِن بَعْدِ الله أَفَلاَ تَذَكَّرُونَ

“*Maka, pernahkah kamu melihat orang yang menjadikan hawa nafsunya sebagai tuhannya dan Allah membiarkannya sesat berdasarkan imu-Nya, dan Allah telah mengunci mati pendengaran dan hatinya dan meletakkan tutupan atas penglihatannya? Maka siapakah yang akan memberinya petunjuk sesudah Allah (membiarkannya sesat). Mengapa kamu tidak mengambil pelajaran?*” (Al-Jatsiyah: 23).

Perhatikanlah, bagaimana sikap tunduk kepada kehendak nafsu menjadi faktor yang menyebabkan hati dikunci mati. Lalu, perhatikan dan renungkan pula, bagaimana pengaruh kunci dan tutup yang menutup rapat hati itu menjalar dari hati ke seluruh anggota tubuh, “*dan meletakkan tutupan atas penglihatannya? Maka, siapakah yang akan memberinya petunjuk sesudah Allah (membiarkannya sesat). Mengapa kamu tidak mengambil pelajaran?*” (Al-Jatsiyah: 23).

Maka, waspadalah wahai pembaca yang mengharapkan hatinya selamat. Waspadalah terhadap penyakit hati yang disebabkan oleh nafsu syahwat karena ia akan menimbulkan malapetaka dan kebinasaan. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

كَلاَّ بَلْ رَانَ على قُلُوبِهِمْ مَّا كَانُواْ يَكْسِبُونَ

“*Sekali-kali tidak (demikian), sebenarnya apa yang selalu mereka usahakan itu menutup hati mereka*.” (Al-Muthaffifin: 14).

(Ketahuilah bahwa) dosa-dosa itu dapat membuat hati menjadi buta. Maka hindarilah, dan hindarilah perbuatan-perbuatan maksiat (dosa), sebab akibatnya sangat fatal sekali.

“Aku perhatikan dosa-dosa itu mematikan hati,
dan kecanduan kemaksiatan dapat menimbulkan kenistaan.
Meninggalkan perbuatan dosa adalah kehidupan bagi hati,
maka, lebih baik anda mengingkarinya.”

Imam Muslim telah meriwayatkan hadits yang bersumber dari Hudzaifah bin Al-Yaman *radhiyallahu 'anhu*. Ia menuturkan, “Aku pernah mendengar Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda,

تُعْرَضُ الْفِتَنُ عَلَى الْقُلُوْبِ كَالْحَصِيْرِ عُوْدًا عُوْدًا، فَأَيُّ قَلْبٍ أُشْرِبَهَا نُكِتَ فِيْهِ نُكْتَةٌ سَوْدَاءُ، وَأَيُّ قَلْبٍ أَنْكَرَهَا نُكِتَ فِيْهِ نُكْتَةٌ بَيْضَاءُ حَتَّى تَصِيْرَ عَلَى قَلْبَيْنِ، عَلَى أَبْيَضَ مِثْلُ الصَّفَا فَلاَ تَضُرُّهُ فِتْنَةٌ مَا دَامَتِ السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ، وَالْآخَرُ أَسْوَدُ مُرْبَادًا كَالْكَوْزِ مُجَخِّيًا لاَ يَعْرِفُ مَعْرُوْفًا وَلاَ يُنْكِرُ مُنْكَرًا إِلاَّ مَا أُشْرِبَ مِنْ هَوَاهُ

“*Fitnah-fitnah (dosa-dosa) menodai hati bagaikan tikar, satu helai-satu helai. Maka, setiap hati menelannya, maka ia ternodai oleh satu noda hitam. Dan setiap hati yang menolaknya, maka ia dibercaki oleh satu bercak putih, sehingga itu menjadi dua macam bentuk hati, (yang pertama), hati putih bersih seperti mutiara yang*

mengkilau, sehingga ia tidak akan dibinasakan oleh suatu dosa selagi langit dan bumi masih utuh. Yang kedua, hati yang menjadi hitam pekat seperti bejana hitam yang tertelungkup, ia tidak kenal kebaikan dan tidak pula mengingkari kemungkaran, kecuali apa yang di gandrungi oleh nafsunya." (*Shahih Musliim,* no.144)

Jadi, dosa-dosa kemaksiatan itu bisa meliputi hati dari segala arah. Maka apabila seseorang mengikuti kehendak nafsu dan melakukan kemaksiatan, satu kegelapan masuk ke dalam hatinya bersamaan dengan kemaksiatan yang ia lakukan itu. Kemudian, apabila ia terus melakukannya dan tidak bertobat, maka kegelapan demi kegelapan masuk dan bertambah dan ia pun makin gelisah, kebinasaan pun pasti mengintainya dan ia akan terjerumus di dalam kehancuran sementara ia tidak menyadarinya. Kegelapan itu pun akan semakin kuat hingga tampak di raut wajahnya hitam dapat dilihat oleh setiap orang.

Ibnu Abbas *radhiyallahu 'anhu* berkata, "Sesungguhnya kebajikan itu menyebabkan cahaya di dalam hati, sinar di wajah, kekuatan pada jasmani, melapangkan rezeki dan rasa cinta banyak orang. Sedangkan keburukan (dosa) menyebabkan kegelapan di dalam hati, kemuraman pada muka, kelemahan pada jasmani dan benci manusia."

Putih atau sinar terang dan hitam atau kemuraman yang disebutkan oleh Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* di dalam hadits di atas, adakalanya dapat diketahui oleh orang-orang yang taqwa, hanya saja akan lebih jelas tampak secara sempurna di wajah pelakunya pada hari Kiamat kelak, yaitu pada hari seluruh rahasia dilahirkan dan seluruh yang tersembunyi ditampakkan, sebagaimana firman Allah *subhanahu wata'aala*,

وَيَوْمَ القيامة تَرَى الذين كَذَبُواْ عَلَى الله وُجُوهُهُم مُّسْوَدَّةٌ أَلَيْسَ فِى جَهَنَّمَ مَثْوًى لِّلْمُتَكَبِّرِينَ .
وَيُنَجّى الله الذين اتقوا بِمَفَازَتِهِمْ لاَ يَمَسُّهُمُ السوء وَلاَ هُمْ يَحْزَنُونَ

"*Dan pada hari Kiamat kamu akan melihat orang-orang yang berbuat dusta terhadap Allah, mukanya menjadi hitam. Bukankah dalam Neraka Jahannam itu ada tempat bagi orang-orang yang menyombongkan diri? Dan Allah menyelamatkan orang-orang yang bertaqwa karena kemenangan mereka, mereka tiada disentuh oleh adzab (neraka dan tidak pula) mereka berduka cita*." (Az-Zumar: 60-61).

Firman-Nya lagi,

يَوْمَ تَبْيَضُّ وُجُوهٌ وَتَسْوَدُّ وُجُوهٌ فَأَمَّا الذين اسودت وُجُوهُهُمْ أَكَفَرْتُم بَعْدَ إيمانكم فَذُوقُواْ العذاب بِمَا كُنْتُمْ تَكْفُرُونَ .وَأَمَّا الذين ابيضت وُجُوهُهُمْ فَفِى رَحْمَةِ الله هُمْ فِيهَا خالدون

"*Pada hari yang di waktu itu ada muka yang putih bersih, dan ada pula muka yang hitam muram. Adapun orang-orang yang hitam muram mukanya (kepada mereka dikatakan), 'Kenapa kamu kafir sesudah kamu beriman? Karena itu rasakanlah azab disebabkan kekafiranmu.' Adapun orang-orang yang putih berseri mukanya, maka mereka berada di dalam rahmat Allah (surga); mereka kekal di dalamnya.*" (Ali Imran: 106-17).

Sesungguhnya, semua dosa, baik yang besar maupun yang kecil itu merusak hati dan mengeruhkan kebersihannya. Maka dari itu Allah subhanahu wata'aala memerintahkan agar semua dosa ditinggalkan, seraya berfirman,

وَذَرُوا ظَاهِرَ الْإِثْمِ وَبَاطِنَهُ

"*Dan tinggalkanlah dosa yang tampak dan yang tersembunyi*." (Al-An'am: 120).

Maka, setiap orang beriman wajib meninggalkan dosa yang lahir maupun yang batin, apalagi dosa-dosa hati (batin) sangat berbahaya dan mematikan.

Di antara dosa hati (yang tersembunyi) ada *riya'* yang dapat merusak amal, ujub yang bisa menjadikan amal bagai abu yang bertebaran, dengki dan hasad yang dapat menghapus pahala-pahala kebajikan dan memperbanyak dosa.

Di antara kemaksiatan yang merusak hati dan memadamkan cahayanya adalah membiarkan mata memandang hal-hal yang diharamkan. Maka dari itu, Allah *subhanahu wata'aala* memerintahkan kaum beriman agar menjaga pandangan mata, seraya berfirman,

قُلْ لِلْمُؤْمِنِينَ يَغُضُّوا مِنْ أَبْصَارِهِمْ وَيَحْفَظُوا فُرُوجَهُمْ ذَلِكَ أَزْكَى لَهُمْ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا يَصْنَعُونَ

"*Katakanlah kepada orang laki-laki yang beriman, 'Hendaklah mereka menahan pandangannya, dan memelihara kemaluannya; yang demikian itu adalah lebih suci bagi mereka, Sesungguhnya Allah Maha Mengetahui apa yang mereka perbuat.'*" (An-nur: 30).

Dan Allah *subhanahu wata'aala* juga telah berfirman guna memberi petunjuk kepada para sahabat Nabi apabila mereka hendak berbicara kepada istri-istri beliau,

وَإِذَا سَأَلْتُمُوهُنَّ مَتَاعاً فَاسْأَلُوهُنَّ مِنْ وَرَاءِ حِجَابٍ ذَلِكُمْ أَطْهَرُ لِقُلُوبِكُمْ وَقُلُوبِهِنَّ

"*Apabila kamu meminta sesuatu (keperluan) kepada mereka (istri-istri Nabi), maka mintalah dari belakang tabir. Cara yang demikian itu lebih suci bagi hatimu dan hati mereka*." (Al-Ahzab: 53).

Barangsiapa menjaga pandangan matanya agar tidak jatuh pada yang haram, niscaya Allah menggantinya dengan bashirah (mata hati) yang jeli dan hati yang sehat, bersih lagi kuat. Maka peliharalah pandangan matamu, wahai pembaca, dari hal-hal yang diharamkan. Sebab, alangkah sering satu pandangan mata kepada hal yang diharamkam mengakibatkan kekacauan hati.

Di antara hal yang dapat merusak hati dan mencemarkan kesuciannya adalah mendengarkan musik dan nyanyian. Musik dan nyanyian itu merusak hati. Ibnu Mas'ud *radhiyallahu 'anhu* pernah berkata, "Sesungguhnya nyanyian itu dapat menimbulkan ke-munafikan, ssebagaimana air dapat menumbuhkan sayur-sayuran." Musik dan nyanyian itu membuat hati merasa berat untuk bertafakur dan

merenungkan ayat-ayat Allah *subhanahu wata'aala*, membuat telinga anda (pembaca) berat untuk mendengar Alquran dan menjadikan diri anda malas dan berat untuk melakukan ketaatan dan berbuat baik.

Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَشْتَرِي لَهْوَ الْحَدِيثِ لِيُضِلَّ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ بِغَيْرِ عِلْمٍ وَيَتَّخِذَهَا هُزُواً أُولَئِكَ لَهُمْ عَذَابٌ مُهِينٌ

"*Dan di antara manusia ada orang yang mempergunakan perkataan yang tidak berguna untuk menyesatkan (manusia) dari jalan Allah tanpa pengetahuan dan menjadikan jalan Allah itu olok-olokan. Mereka itu akan memperoleh adzab yang menghinakan*." (Luqman: 6).

Banyak sekali ulama salaf yang menjelaskan bahwa lahwal hadits (perkataan yang tidak berguna) di dalam ayat di atas adalah nyanyian atau lagu. Kebanyakan ahli tafsir pun mengartikan demikian. Maka waspadalah, was-padalah terhadap lagu-lagu, musik dan nyanyian, jangan anda mendengarnya. Janganlah anda tergiur dengan sikap kebanyakan orang (yang suka mendengarnya), karena firman Allah berikut ini layak bagi mereka,

وَإِنْ تُطِعْ أَكْثَرَ مَنْ فِي الْأَرْضِ يُضِلُّوكَ عَنْ سَبِيلِ اللَّهِ

"*Dan jika kamu patuh kepada kebanyakan manusia yang ada di bumi ini, niscaya mereka menyesatkanmu dari jalan Allah*." (Al-An'am: 116).

Perbanyaklah anda berdoa dengan membaca,

اَللَّهُمَّ طَهِّرْنِيْ مِنْ خَطَايَايَ بِالْمَاءِ وَالثَّلْجِ وَالْبَرَدِ

"*Ya Allah, sucikanlah diriku dari dosa-dosaku dengan air, es dan salju*."

Sebab, dosa-dosa, baik yang kecil apalagi yang besar pasti menyebabkan hati keruh dan kotor, maka ia butuh disucikan.

Penyakit keempat: Masalah-masalah syubhat (hal yang belum jelas) yang membutakan dari kebenaran dan menyesatkan manusia.

Syubhat adalah penyakit yang sangat berbahaya lagi mematikan dan menghapus lezatnya iman, menumbuhkembangkan bisikan syaitan, membuat pelakunya tidak dapat mengambil pelajaran dari Alquran dan Sunnah Nabi *shallallahu 'alahi wasallam*. Allah *subhanahu wata'aala* telah berfirman,

فَأَمَّا الَّذِينَ فِي قُلُوبِهِمْ زَيْغٌ فَيَتَّبِعُونَ مَا تَشَابَهَ مِنْهُ ابْتِغَاءَ الْفِتْنَةِ وَابْتِغَاءَ تَأْوِيلِهِ

"*Adapun orang-orang yang dalam hatinya condong kepada kesesatan, maka mereka mengikuti sebahagian ayat-ayat yang mutasyabihat untuk menimbulkan fitnah dan untuk mencari-cari ta'wilnya*." (Ali Imran: 7).

Mereka sama sekali tidak mengambil pelajaran dari Alquran maupun Sunnah Nabi *shallallahu 'alahi wasallam*, karena ketika mereka mempelajari Alquran dan Sunnah bukan untuk mencari petunjuk (kebenaran), melainkan untuk membuat keragu-raguan (*tasykik*), penyesatan dan *tasybih*.

Penjelasan di atas mengharuskan kita waspada terhadap hal-hal yang syubhat dan para pelakunya, karena sangat berbahaya bagi hati hingga menjerumuskannya ke jurang kebinasaan. Karena hasilnya, kalau tidak kekafiran, maka adalah kemunafikan. Maka dari itu waspadailah masalah-masalah syubhat dan para pelakunya. Jangan sekali-kali Anda mendengarnya dan jangan membaca buku-buku mereka atau bergaul dengan mereka. Tapi pergaulilah mereka sebagaimana diperintahkan Allah *subhanahu wata'aala*,

وَقَدْ نَزَّلَ عَلَيْكُمْ فِي الْكِتَابِ أَنْ إِذَا سَمِعْتُمْ آيَاتِ اللَّهِ يُكْفَرُ بِهَا وَيُسْتَهْزَأُ بِهَا فَلا تَقْعُدُوا مَعَهُمْ حَتَّى يَخُوضُوا فِي حَدِيثٍ غَيْرِهِ إِنَّكُمْ إِذاً مِثْلُهُمْ إِنَّ اللَّهَ جَامِعُ الْمُنَافِقِينَ وَالْكَافِرِينَ فِي جَهَنَّمَ جَمِيعاً

"*Dan sungguh Allah telah menurunkan kepada kamu di dalam Alquran bahwa apabila kamu mendengar ayat-ayat Allah diingkari dan diperolok-olokkan (oleh orang-orang kafir), maka janganlah kamu duduk beserta mereka, sehingga mereka memasuki pembicaraan yang lain. Karena sesungguhnya (kalau kamu berbuat demikian), tentulah kamu serupa dengan mereka. Sesungguhnya Allah akan mengumpulkan semua orang-orang munafik dan orang-orang kafir dalam Jahannam*." (An-Nisa': 140).

Orang-orang pencinta syubhat itu adalah orang yang paling suka membicarakan ayat-ayat Allah secara batil. Fudhail bin 'Iyadh *rahimahullah* pernah berpesan, "Awas, jangan sekali-kali kamu duduk beserta orang yang dapat merusak hatimu, dan jangan sekali-kali duduk beserta orang yang selalu menuruti nafsunya, sebab aku khawatir murka Allah akan menimpamu."

Tidak heran apabila beliau berpesan demikian, sebab para ahli syubhat itu berupaya menimbulkan keragu-raguan terhadap keyakinan orang mukmin dan berita yang disampaikan oleh Allah dan Rasul-*Nya shallallahu 'alahi wasallam*. Mereka bersungguh-sungguh di dalam memperindah perbuatan yang menentang Alquran dan Sunnah Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* dengan akal pikiran busuk, syubhat-syubhat rendahan dan prasangka dusta mereka.

فَلَوْ صَدَقُوا اللَّهَ لَكَانَ خَيْراً لَهُمْ

"*Sekiranya mereka benar (imannya) terhadap Allah, niscaya yang demikian itu lebih baik bagi mereka*." (Muhammad: 21).

Allah juga berfirman,

أَفَلا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ وَلَوْ كَانَ مِنْ عِنْدِ غَيْرِ اللَّهِ لَوَجَدُوا فِيهِ اخْتِلافاً كَثِيراً

"*Maka apakah mereka tidak memperhatikan Alquran? Kalau kiranya Alquran itu bukan dari sisi Allah, tentulah mereka mendapat pertentangan yang banyak di dalamnya*." (An-Nisa': 82).

Dan Dia berfirman,

لا يَأْتِيهِ الْبَاطِلُ مِنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَلا مِنْ خَلْفِهِ تَنْزِيلٌ مِنْ حَكِيمٍ حَمِيدٍ

"*Dan sesungguhnya Alquran itu adalah kitab yang mulia. Yang tidak datang kepadanya (Alquran) kebatilan baik dari depan maupun dari belakangnya, yang diturunkan dari Tuhan Yang Maha Bijaksana lagi Maha Terpuji*." (Fushshilat: 41-42).

Penyakit kelima: Lalai

Kelalaian itu adalah keteledoran yang menimpa hati dan membuatnya buta sehingga tidak dapat mengambil mana yang baik bagi dirinya dan meninggalkan mana yang membahayakan. Kelalaian itu merupakan dasar dari segala keburukan. Meski demikian, kelalaian merupakan sikap yang paling menyebar pada manusia. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

وَإِنَّ كَثِيراً مِّنَ الناس عَنْ ءاياتنا لغافلون

"*Dan sesungguhnya kebanyakan manusia benar-benar lalai dari ayat-ayat Kami*." (Yunus: 92)

Lalai adalah penyakit (wabah) yang sangat berbahaya, oleh karenanya Allah memperingatkan kita terhadapnya dan Dia melarang kita untuk bergaul dengan orang-orang yang lalai, seraya berfirman,

وَلاَ تَكُنْ مِّنَ الغافلين

"*Janganlah kamu termasuk orang-orang yang lalai*." (Al-A'raf: 205)

وَلا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطاً

“*Dan janganlah kamu mengikuti orang yang hatinya telah Kami lalaikan dari mengingat Kami, serta menuruti hawa nafsunya dan adalah keadaannya itu melampaui batas*.” (Al-Kahfi: 28).

Kelalaian itu membuat hati lupa terhadap apa-apa yang dapat menyucikan, yang berguna, yang mengembangkan dan memperbaiki dan membersihkannya.

Kiat Menuju Hati yang Bersih

Wahai saudara pembaca yang budiman,

Itulah beberapa pokok penyakit hati telah jelas dan pintu hatimu telah diketuk. Maka, segeralah bertekad sekuat kemampuan untuk menghindarinya dan berupaya untuk selamat darinya, sebab kesucian hati dan keistikamahannya tidak mungkin diperoleh kecuali dengan upaya yang sungguh-sungguh dan mencari jalan untuk memperoleh keselamatan. Sesungguhnya, hasil akhir itu sangat tergantung kepada langkah-langkah awal yang diambil. Barangsiapa yang mengharapkan keselamatan dari penyakit-penyakit di atas, hendaklah ia menempuh jalannya, sebab kapal atau bahtera tidak akan dapat berjalan di lautan yang kering.

وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مِنْ أَمْرِهِ يُسْراً

"*Barangsiapa yang bertakwa kepada Allah niscaya Allah menjadikan baginya kemudahan dalam urusannya*." (Ath-Thalaq: 4).

Maka jagalah Allah, niscaya ia menjagamu; dan jagalah Allah, niscaya engkau mendapatkan-Nya di hadapanmu.

Imam Al-Bukhari telah meriwayatkan hadits yang bersumber dari Anas bin Malik *radhiyallahu 'anhu*. Ia bertutur, "Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda, "Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

إِذَا تَقَرَّبَ الْعَبْدُ إِلَيَّ شِبْرًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَإِذَا تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا، وَإِذَا أَتَانِيْ يَمْشِيْ أَتَيْتُهُ هَرْوَلَةً

"*Apabila seorang hamba mendekatkan diri kepada-Ku sejengkal, maka Aku mendekat kepadanya sehasta, dan apabila ia mendekatkan diri kepada-Ku sehasta, maka Aku mendekat kepadanya sedepa, dan apabila ia datang kepada-Ku dengan berjalan, maka Aku datang kepadanya dengan berjalan cepat*." (*Shahih Bukhari,* no. 7405)

Allah juga telah berfirman,

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ

"*Barangsiapa yang berjihad (berjuang) untuk (mencari keridhaan) Kami, benar-benar Kami akan tunjukkan kepada mereka jalan-jalan Kami*." (Al-Ankabut: 69).

Maka, bulatkanlah tekadmu dan singsingkanlah lengan baju di dalam mencari keselamatan dari penyakit-penyakit yang mematikan tersebut di atas.

Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* telah bersabda,

مَا أَنْزَلَ اللهُ دَاءً إِلاَّ أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً

"*Tiada penyakit yang diturunkan Allah, melainkan pasti ada obatnya*." (*Shahih Bukhari,* no. 5678)

Demi Allah, sesungguhnya siapa saja yang mempunyai perhatian besar kepada masalah agamanya, sadar dari kelalaiannya dan berharap kalau pada hari kiamat kelak termasuk orang-orang yang selamat, pasti ia akan bersungguh-sungguh sepenuh hati untuk mengetahui hal-hal apa saja yang dapat menyelamatkan hati dan terapi penyembuhannya di samping ia menghindari dan menjauhi segala hal yang dapat merusak atau membinasakannya. Berikut ini penulis akan menjelaskan beberapa resep (obat) yang dapat membantu anda agar bisa selamat dari penyakit-penyakit mematikan itu.

Obat pertama: Alquran *Al-Karim*.

Sesungguhnya, Allah *subhanahu wata'aala* menurunkan Alquran sebagai obat hati, petunjuk dan rahmat bagi orang-orang beriman. Allah *subhanahu wata'aala* telah berbicara kepada seluruh manusia tentang hal ini, seraya berfirman,

يَا أَيُّهَا النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِنْ رَبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدىً وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ . قُلْ بِفَضْلِ اللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِ فَبِذَلِكَ فَلْيَفْرَحُوا هُوَ خَيْرٌ مِمَّا يَجْمَعُونَ

"*Wahai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) di dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang beriman. Katakanlah, 'Dengan karunia Allah dan rahmat-Nya, hendaklah dengan itu mereka bergembira. Karunia Allah dan rahmat-Nya itu adalah lebih baik dari apa yang mereka kumpulkan*.'" (Yunus: 57-58).

Dan firman-Nya,

وَنُنَزِّلُ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِلْمُؤْمِنِينَ وَلا يَزِيدُ الظَّالِمِينَ إِلَّا خَسَاراً

"*Dan Kami turunkan dari Alquran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Alquran itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang zhalim selain kerugian*." (Al-Isra': 82).

Alquran adalah pelajaran yang paling menyentuh hati bagi orang-orang yang berakal atau mau mendengar, sedangkan ia menyaksikannya. Alquran itu, demi Allah, merupakan obat yang paling mujarab bagi penyakit-penyakit yang ada di dalam dada dan di hati. Alquran mengandung penawar bagi penyakit syahwat, penyakit *syubhat* dan mengandung obat yang dapat menyadarkan kembali hati orang-orang yang lalai.

Ibnu Qayyim *rahimahullah*, pernah berkata, "Inti penyakit hati itu adalah penyakit *syubhat* dan nafsu syahwat. Sedangkan Alquran adalah penawar bagi kedua penyakit itu, karena di dalamnya terdapat penjelasan-penjelasan dan argumentasi-argumentasi yang akurat (*qath'i*) yang membedakan yang *haq* dari yang batil (palsu), sehingga

penyakit *syubhat* akan hilang. Adapun penawaran (penyembuhan) Alquran terhadap penyakit nafsu syahwat adalah karena di dalam Alquran itu terdapat hikmah, nasihat yang baik, mengajak zuhud di dunia dan menghimbau untuk lebih mengutamakan kehidupan akhirat."

Di antara hal penting bagi setiap orang yang ingin menyelamatkan dan memperbaiki hatinya adalah hendaknya ia mengetahui bahwa cara berobat dengan Alquran itu tidak bisa hanya sekedar dengan membaca Alquran, melainkan harus memahami dan mengambil pelajaran dari berita-berita yang terkandung di dalamnya dan mematuhi hukum-hukumnya.

اَللَّهُمَّ اجْعَلِ الْقُرْآنَ رَبِيْعَ قُلُوْبِنَا وَشِفَاءَ صُدُوْرِنَا وَذَهَابَ هُمُوْمِنَا وَغُمُوْمِنَا

"*Ya Allah, jadikanlah Alquran itu sebagai pelipur hati kami, penawar dada kami dan menghilangkan kegundahan dan kegelisahan kami*."

Obat kedua: Cinta kepada Allah *subhanahu wata'aala*.

Cinta kepada Allah merupakan terapi yang paling mujarab bagi hati. Apa lagi cinta (*mahabbah*) itu merupakan akar ibadah dan pengabdian. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَتَّخِذُ مِنْ دُونِ اللَّهِ أَنْدَاداً يُحِبُّونَهُمْ كَحُبِّ اللَّهِ وَالَّذِينَ آمَنُوا أَشَدُّ حُبّاً لِلَّهِ

"*Dan di antara manusia ada orang-orang yang menyembah tandingan-tandingan selain Allah; mereka mencintainya sebagaimana mereka mencintai Allah. Adapun orang-orang yang beriman sangat cinta kepada Allah*." (Al-Baqarah: 165).

Imam Ibnu Qayyim *rahimahullah* berkata dalam syairnya, "Kebaikan hati, kebahagiaan dan kenikmatannya adalah mencurahkan rasa cinta ini hanya kepada Yang Maha Pengasih". Maksudnya adalah bahwa kebaikan, kebahagiaan dan kenikmatannya berada pada ketulusan cinta kepada Allah *subhanahu wata'aala*. Sebab cinta kepada Allah *subhanahu wata'aala* itulah surganya hati, kekuatan dan kehidupannya. Demi Allah, sesungguhnya hati tidak akan bahagia, tidak akan baik, tidak akan istiqamah, tidak akan menikmati kebahagiaan, tidak merasakan kelezatan dan tidak akan merasa tentram kecuali dengan mencintai Allah *subhanahu wata'aala*.

Imam Al-Bukhari dan Imam Muslim meriwayatkan hadits dari Anas *radhiyallahu 'anhu*. Ia menuturkan, "Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda,

ثَلاَثٌ مَنْ كُنَّ فِيْهِ وَجَدَ بِهِنَّ حَلاَوَةَ اْلإِيْمَانِ :أَنْ يَكُوْنَ اللهُ وَرَسُوْلُهُ أَحَبَّ إِلَيْهِ مِمَّا سِوَاهُمَا، وَأَنْ يُحِبَّ الرَّجُلَ لاَ يُحِبُّهُ إِلاَّ لِلَّهِ، وَأَنْ يَكْرَهَ أَنْ يَعُوْدَ فِي الْكُفْرِ بَعْدَ إِذْ أَنْقَذَهُ اللهُ مِنْهُ كَمَا يَكْرَهُ أَنْ يُلْقَى فِي النَّارِ

“*Ada tiga perkara, yang apabila ia ada pada seseorang, niscaya ia merasakan manisnya iman, yaitu (1) Apabila Allah dan Rasul-Nya lebih ia cintai melebihi segala sesuatu selain keduanya, (2) Mencintai seseorang hanya semata-mata karena Allah, dan (3) Tidak suka kembali kepada kekafiran setelah ia diselamatkan oleh Allah darinya, sebagaimana ia tidak suka diceburkan ke dalam Neraka*.” (*Shahih Bukhari* no.21, *Shahih Muslim* no.43)

Dengan mencermati hadits ini secara mendalam dapat kita ketahui bahwa ujung-ujungnya tetap berkisar pada cinta kepada Allah *subhanahu wata'aala*.

Cinta (kepada Allah) itu merupakan kewajiban agama yang paling agung, dasarnya yang paling banyak dan kaidahnya yang paling tinggi, bahkan cinta merupakan landasan setiap amalan iman dan agama. Allah *subhanahu wata'aala* telah berfirman,

وَمَنْ يُؤْمِنْ بِاللَّهِ يَهْدِ قَلْبَهُ

“*Dan barangsiapa yang beriman kepada Allah, niscaya Dia akan memberi petunjuk kepada hatinya*.” (At-Taghabun: 11).

Tanda atau bukti cinta kepada Allah subhanahu wata'aala dan ukurannya yang benar adalah firman-Nya,

قُلْ إِنْ كُنْتُمْ تُحِبُّونَ اللَّهَ فَاتَّبِعُونِي يُحْبِبْكُمُ اللَّهُ وَيَغْفِرْ لَكُمْ ذُنُوبَكُمْ وَاللَّهُ غَفُورٌ رَحِيمٌ

“*Katakanlah, ‘Jika kamu benar-benar cinta kepada Allah, maka ikutilah aku (Muhammad), niscaya Allah mencintaimu dan menghapuskan dosa-dosamu. Dan Allah Maha Pengampun lagi Maha Penyayang*.’” (Ali Imran: 31)

Sejauh kadar kepatuhan dan ketaatan anda kepada Nabi *shallallahu ‘alaihi wa sallam*, baik secara lahir maupun batin, maka sejauh itu pulalah kadar kecintaanmu kepada Allah yang dapat memperbaiki hati Anda.

Obat ketiga: Berzikir atau mengingat Allah *subhanahu wata'aala*.

Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

أَلا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوب

“*Ingatlah, hanya dengan mengingat Allahlah hati menjadi tentram*.” (Ar-Ra’d: 28).

Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda, sebagaimana diriwayatkan oleh Imam Al-Bukhari dari riwayat Abu Musa *radhiyallahu 'anhu*,

مَثَلُ الَّذِيْ يَذْكُرُ رَبَّهُ وَالَّذِيْ لاَ يَذْكُرُ رَبَّهُ كَمَثَلِ الْحَيِّ وَالْمَيِّتِ

“*Perumpamaan orang yang selalu mengingat (berzikir) kepada Tuhannya dengan orang yang tidak berzikir kepada Tuhannya adalah seperti orang hidup dan orang mati*.” (*Shahih Bukhari,* no. 6407)

Berzikir kepada Allah bagi hati bagaikan air bagi ikan. Bagaimana kiranya jika ikan dikeluarkan dari air? Keadaannya sama dengan keadaan hati apabila segan berzikir. Hati, apabila ia kosong dari *dzikrullah*, maka ia niscaya mengeras dan menjadi gelap. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

فَوَيْلٌ للقاسية قُلُوبُهُمْ مِّن ذِكْرِ الله

“*Maka, celaka besarlah bagi orang-orang yang telah membatu hatinya untuk mengingat Allah*.” (Az-Zumar: 22).

Ibnu Qayyim *rahimahullah* berkata, “Setiap segala sesuatu itu mempunyai penerang, dan sesungguhnya penerang hati itu adalah *dzikrullah* (mengingat Allah).”

Suatu ketika, seseorang berkata kepada Hasan Basri, “Wahai Abu Sa’id, aku mengadu kepadamu, hati saya membatu.” Maka, beliau menjawab, “Lunakkanlah dengan zikir, karena tidak ada yang dapat melunakkan kerasnya hati yang sebanding dengan *dzikrullah*.” Maka dari itu, Allah *subhanahu wata'aala* di dalam banyak ayat-Nya menyuruh kaum beriman agar banyak dan sering berdzikir kepada-Nya. Seperti pada firman-Nya,

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اذْكُرُوا اللَّهَ ذِكْراً كَثِيراً . وَسَبِّحُوهُ بُكْرَةً وَأَصِيلاً

“*Wahai orang-orang yang beriman, berzikirlah kamu kepada Allah sebanyak-banyaknya; dan bertasbihlah (mensucikan) kepada-Nya pada pagi dan petang*.” (Al-Ahzab: 41-42).

Adalah nabi kita, Nabi Muhammad *shallallahu 'alahi wasallam* selalu berzikir kepada Allah pada setiap saat, sebagaimana dituturkan oleh Aisyah *radhiyallahu 'anha*.

Allah *subhanahu wata'aala* pun menerangkan bahwa di antara ciri dan karakter *ulul albab* (orang-orang berakal) adalah,

الَّذِينَ يَذْكُرُونَ اللَّهَ قِيَاماً وَقُعُوداً وَعَلَى جُنُوبِهِمْ

“*Yaitu orang-orang yang selalu berzikir mengingat Allah dalam keadaan berdiri, duduk dan waktu berbaring*.” (Ali ‘Imran: 191).

Paling tidak, zikir yang harus kita pelihara dan lakukan secara rutin adalah zikir-dzikir khusus, seperti zikir pagi dan sore (*adzkarush shabah wal masa’*), zikir seusai shalat *fardhu* dan lain-lain yang mempunyai sebab-sebab atau zikir pada kondisi-kondisi tertentu.

Maka seriuslah dan berupayalah semaksimal mungkin, semoga Allah selalu memberkatimu, untuk bisa banyak berzikir kepada Allah *subhanahu wata'aala* sebab zikir merupakan faktor paling besar yang dapat membawa kita keluar dari berbagai

kegelapan menuju cahaya, meraih karunia dan rahmat dari Allah Tuhan bagi semesta alam. Maka dari itu Allah *subhanahu wata'aala* menjelaskan pahala, sesudah sebelumnya Dia memerintahkan agar berzikir sebanyak-banyaknya dan bertasbih kepada-Nya pada pagi dan sore hari, dalam firman-Nya,

هُوَ الَّذِي يُصَلِّي عَلَيْكُمْ وَمَلائِكَتُهُ لِيُخْرِجَكُمْ مِنَ الظُّلُمَاتِ إِلَى النُّورِ وَكَانَ بِالْمُؤْمِنِينَ رَحِيماً

"*Dialah yang memberi rahmat kepadamu dan malaikat-Nya (memohonkan ampun untukmu), supaya Dia mengeluarkan kamu dari kegelapan kepada cahaya (yang terang). Dan adalah Dia Maha Penyayang kepada orang-orang yang beriman.*" (Al-Ahzab: 43).

Pahala atau balasan bagi orang-orang yang berzikir adalah (mereka) dikeluarkan dari kegelapan kepada cahaya yang terang-benderang dan rahmat dari Allah Tuhan bagi semeta alam dan permohonan ampun dari malaikat.

Obat keempat: Tobat *nasuha* dan banyak beristigfar (minta ampunan).

Tobat yang tulus yang memenuhi syarat-syaratnya dapat menjadikan hati bercahaya terang dan dapat mengikis habis noda-noda kemaksiatan darinya. Dan sesungguhnya tenggelam di dalam perbuatan maksiat itu dapat membuat hati menjadi gelap. Oleh karena itu, Anda dapat memperhatikan bahwa hati pelaku maksiat yang tenggelam di dalam kemaksiatannya berada di dalam selimut kegelapan dan membatu, tidak ada cahaya padanya dan tidak pula ada (rasa) lezat (melakukan ibadah). Malah sebaliknya, ia selalu berada di dalam siksaan dan kesengsaraan.

Maka tobat merupakan jalan hidupnya hati, tidak boleh tidak, ia harus dilakukan agar ia bisa menjadi baik dan istikamah. Sering melakukan taubat, suka memperbaharuinya dan selalu melakukan istigfar merupakan hal yang dapat memperbaiki dan membersihkan hati serta dapat memotivasi untuk beramal salih.

Perhatikanlah Rasulullah *shallallahu 'alahi wasallam*, beliau bersabda di dalam hadits shahihnya,

إِنَّهُ لَيُغَانُ عَلَى قَلْبِيْ، وَإِنِّيْ لأَسْتَغْفِرُ اللهَ فِي الْيَوْمِ مِائَةَ مَرَّةٍ

"*Sesungguhnya hati saya kadang keruh, maka aku beristighfar dalam satu hari sebanyak seratus kali.*" (*Musnad Ahmad,* no.18002)

Pada hadits ini, Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam* menjelaskan bahwa beliau menghilangkan kabut atau kekeruhan yang menimpa hati beliau dengan istigfar, padahal beliau sudah diampuni oleh Allah *subhanahu wata'aala* segala dosa-dosa yang telah lalu maupun yang akan datang. Maka, bagaimanakah dengan orang selain beliau yang banyak memikul dosa dan banyak melakukan kemaksiatan? Tidakkah ia lebih membutuhkan banyak istigfar agar hatinya yang rusak dapat terobati?! Sungguh benar! Demi Allah, betapa kita semua sangat membutuhkan kepadanya (istigfar).

Apabila seseorang bertobat dari dosa, berarti ia telah membersihkan hatinya dari campur baur noda-noda, karena ia telah dicampuri oleh amal salih dan amal buruk. Maka apabila ia bertobat dari dosa, kekuatan hati akan menjadi jernih dan

kemauannya untuk beramal salih pun menjadi kuat, serta hati akan merasa lapang dari segala noda dosa perusak yang ada di dalamnya. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

أَوَمَنْ كَانَ مَيْتاً فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُوراً يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَنْ مَثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِنْهَا

"*Dan apakah orang-orang yang sudah mati kemudian Kami hidupkan dan Kami berikan kepadanya cahaya yang terang, yang dengan cahaya itu ia dapat berjalan di tengah-tengah masyarakat manusia, serupa dengan orang yang keadaannya berada dalam gelap gulita yang sekali-kali tidak dapat keluar daripadanya?*" (Al-An'am: 122).

Itu adalah suatu perumpamaan yang dicontohkan oleh Allah *subhanahu wata'aala* bagi orang yang hatinya mati karena kekafiran dan kebodohan, lalu Allah memberinya petunjuk berupa taubat dan kemudian menghidupkannya dengan iman dan memberinya cahaya terang yang menyinarinya serta ia dapat berjalan di tengah-tengah masyarakat manusia (penuh dengan kebaikan).

Obat kelima: adalah berdoa kepada Allah dan banyak meminta kepada-Nya agar Allah memperbaiki dan membersihkan hati dan memberinya petunjuk.

Berdoa merupakan pintu utama yang agung untuk bisa memperbaiki hati. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

فَلَوْلا إِذْ جَاءَهُمْ بَأْسُنَا تَضَرَّعُوا وَلَكِنْ قَسَتْ قُلُوبُهُمْ وَزَيَّنَ لَهُمُ الشَّيْطَانُ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ

"*Maka mengapa mereka tidak memohon (kepada Allah) dengan tunduk merendahkan diri ketika datang siksaan kami kepada mereka, bahkan hati mereka telah menjadi keras dan setan pun menampakkan kepada mereka kebagusan apa yang selalu mereka kerjakan*." (Al-An'am: 43).

Syaikhul Islam Ibnu Taimiyah *rahimahullah* pernah berkata, "Aku perhatikan doa yang paling mujarab itu ternyata memohon pertolongan untuk mendapat keridhaan Allah. Kemudian aku menemukannya di dalam surah Al-Fatihah, pada firman-Nya,

إِيَّاكَ نَعْبُدُ وَإِيَّاكَ نَسْتَعِينُ

"*Hanya kepada-Mu lah kami menyembah (beribadah) dan hanya kepada-Mu lah kami memohon pertolongan*." (Al-Fatihah: 5).

Nabi Muhammad *shallallahu 'alahi wasallam* sendiri selalu memohon kepada Allah akan kesucian hatinya, kokoh berjalan di atas kebenaran dan petunjuk. Hal itu sebagaimana diriwayatkan oleh Imam At-Turmudzi dengan sanad shahih yang berasal dari Ummi Salamah *radhiyallahu 'anha*. Ia meriwayatkan bahwa doa Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* yang sering beliau panjatkan itu ialah,

يَا مُقَلَّبَ الْقُلُوْبِ ثَبِّتْ قَلْبِيْ عَلَى دِيْنِكَ

"*Wahai Tuhan Pembolak-balik hati, teguhkanlah hatiku pada agama-Mu.*" (*Sunan Tirmidzi,* no. 2140)

Di dalam *Shahih Muslim* ada hadits yang bersumber dari riwayat Abdullah bin Amru bin Al-'Ash *radhiyallahu 'anhu*. Ia menuturkan, "Rasullah *shallallahu 'alahi wasallam* telah bersabda,

إِنَّ قُلُوْبَ بَنِيْ آدَمَ بَيْنَ أَصْبَعَيْنِ مِنْ أَصَابِعِ الرَّحْمَنِ كَقَلْبٍ وَاحِدٍ يُصَرِّفُهُ حَيْثُ يَشَاءُ، ثُمَّ قَالَ :اَللَّهُمَّ مُصَرِّفَ الْقُلُوْبِ صَرِّفْ قُلُوْبَنَا عَلَى طَاعَتِكَ

"*Sesungguhnya hati anak cucu Adam (manusia) itu ada di antara dua jari dari jari-jari Tuhan Yang Maha Pengasih, sebagaimana halnya hati seseorang, Dia bolak-balik sebagaimana Dia kehendaki." Kemudian beliau berdoa, 'Ya Allah Tuhan pembalik hati, palingkanlah hati kami kepada ketaatan kepada-Mu.*" (*Shahih Muslim,* no. 2654)

Obat keenam: Sering mengingat kehidupan akhirat.

Sesungguhnya kelalaian mengingat akhirat itu adalah penghambat segala kebaikan dan kebajikan dan merupakan pemicu setiap malapetaka dan kejahatan. Maka dari itu, Nabi *shallallahu 'alahi wasallam* bersabda,

زُوْرُوا الْقُبُوْرَ فَإِنَّهَا تُذَكِّرُكُمُ الْمَوْتَ

"*Berziarahlah kalian ke kuburan, karena ziarah kubur itu dapat mengingatkan kalian akan kematian.*" (*Shahih Muslim,* no. 916)

Di dalam riwayat Ibnu Majah disebutkan,

فَإِنَّهَا تُزْهِدُكُمْ فِي الدُّنْيَا وَتُذَكِّرُكُمُ الْآخِرَةَ

"*Karena ziarah kubur itu dapat membuat kalian zuhud di dunia dan mengingatkan kalian akan akhirat.*" (*Sunan Ibnu Majah,* no.1517)

Obat ketujuh: Membaca dan mempelajari sejarah kehidupan kaum *salaf shalih* (para ulama terdahulu).

Di dalam sejarah dan perjalanan hidup mereka itu terdapat banyak pelajaran dan ibrah bagi orang-orang yang berakal. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman,

وَكُلًّا نَقُصُّ عَلَيْكَ مِنْ أَنْبَاءِ الرُّسُلِ مَا نُثَبِّتُ بِهِ فُؤَادَكَ

"*Dan semua kisah dari rasul-rasul Kami ceritakan kepadamu, ialah kisah-kisah yang dengannya Kami teguhkan hatimu.*" (Hud:120).

Kisah-kisah para wali Allah, yaitu para nabi, para rasul, orang-orang shalih, para syuhada dan lain-lainnya itu dapat memperteguh hati dan dapat meninggalkan bekas kebaikan dan keistikamahan.

Siapa saja yang memperhatikan dan membaca perjalanan hidup atau sejarah suatu kaum berdasarkan pengetahuan dan penghayatan, maka niscaya hatinya dihidupkan kembali oleh Allah *subhanahu wata'aala* dan Dia sucikan batinnya, apalagi kalau yang dihayati itu adalah sejarah dan perjalanan hidup Nabi Muhammad *shallallahu 'alahi wasallam*. Sebab, sejarah beliau itu merupakan hal yang dapat mempertebal iman dan memperbaiki hati dan batin.

Obat kedelapan: Bersahabat dengan orang-orang salih, bertakwa dan berbuat kebajikan.

Sebab, mereka adalah orang-orang yang siapa saja yang berteman dengan mereka tidak akan celaka. Allah *subhanahu wata'aala* berfirman guna menyeru kepada Nabi Muhammad *shallallahu 'alahi wasallam*,

وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُمْ بِالْغَدَاةِ وَالْعَشِيِّ يُرِيدُونَ وَجْهَهُ وَلا تَعْدُ عَيْنَاكَ عَنْهُمْ تُرِيدُ زِينَةَ الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَلا تُطِعْ مَنْ أَغْفَلْنَا قَلْبَهُ عَنْ ذِكْرِنَا وَاتَّبَعَ هَوَاهُ وَكَانَ أَمْرُهُ فُرُطاً

"*Dan bersabarlah kamu bersama-sama dengan orang-orang yang menyeru Tuhannya di pagi dan senja hari dengan mengharap keridhaan-Nya. Dan janganlah kedua matamu berpaling dari mereka (karena) mengharapkan perhiasan kehidupan dunia ini; dan janganlah kamu mengikuti orang-orang yang hatinya telah Kami lalaikan dari mengingati Kami, serta menuruti hawa nafsunya dan adalah keadaannya itu melewati batas*." (Al-Kahfi: 19).

Imam Ahmad telah meriwayatkan dari Nabi *shallallahu 'alahi wasallam*,

الْمَرْءُ عَلَى دِيْنِ خَلِيْلِهِ فَلْيَنْظُرْ أَحَدُكُمْ مَنْ يُخَالِلُ

"*Seseorang itu mengikuti agama orang yang ia cintai. Maka hendaklah seorang dari kamu memperhatikan kepada siapa yang ia cintai (berteman akbrab)*." (*Al-Musnad,* 2/303, no. 8015)

Malik bin Dinar pernah berkata, "Sesungguhnya jika kamu memindah batu bersama-sama orang-orang yang salih itu lebih baik daripada kamu makan manisan (makan lezat) bersama-sama orang-orang durjana."

Maka, berupayalah Anda untuk bisa bersahabat dengan orang-orang yang baik lagi salih. Bersahabatlah dengan orang-orang yang apabila mereka dilihat, mereka berdzikir kepada Allah. Sebab, bersahabat dengan mereka itu adalah kehidupan bagi hati. Salah seorang kaum salaf pernah berkata, "Sungguh aku pernah berjumpa dengan salah seorang dari teman-temanku, lalu aku menjadi berakal (sadar) selama beberapa hari."

Ada lagi yang lain berkata, "Pada suatu ketika aku memperhatikan seorang dari saudara-saudaraku. Kemudian, karena telah melihatnya itu aku bisa beramal selama sebulan."

Penutup

Itulah beberapa pokok obat terapi bagi hati dan beberapa cara pengobatannya. Maka berusahalah Anda agar memahaminya dengan baik dan mengamalkan dengan tekun, karena sesungguhnya kebahagiaan yang hakiki itu tidak akan dapat dicapai kecuali dengan keselamatan dan kesehatan hati. Dan tidak ada yang lebih sempurna, yang lebih bahagia, yang lebih baik, lebih lezat dan tidak ada pula yang lebih nikmat daripada kehidupan orang-orang yang berhati bersih dan berbatin baik.

Aku memohon kepada Allah Yang Maha Pemurah, Tuhan Pemilik Arsy yang agung, semoga kita menjadi orang yang datang menghadap kepada Allah dengan hati yang selamat, pada "*hari di mana harta dan anak-anak tidak berguna lagi, kecuali orang yang datang kepada Allah dengan hati yang selamat*." (Asy-Syu'ara: 88-89).

Aku juga memohon kepada Allah Yang Maha Pemurah, Tuhan Pemilik 'Arsy yang agung, semoga Dia mengaruniakan kepadaku dan kepada kalian semua istikamah pada agama-Nya, dan mengaruniakan kepada kita hati yang *khusyu'* dan amal-amal salih, serta memberikan ketakwaan kepada jiwa kita dan menyucikannya. Karena hanya Dialah sebaik-baik yang mensucikannya. Dan akhir seruan kita adalah "Segala puji itu hanyalah milik Allah *Rabb* bagi semesta alam.

وصلى الله على البشير النذير محمد وآله وصحبه

Penulis:
Khalid bin Abdullah Al-Mushlih
Al-Qashim, Unaizah.
PO. Box. 1060.